

# 알쓰 하이머 병 및 연관되는 질환

간호 인들을  
위한 안내책자



노인 및 성인  
써비스  
관리처

Washington State  
Department of Social  
and Health Services  
**[www.aasa.dshs.wa.gov](http://www.aasa.dshs.wa.gov)**



알쓰 하이머  
병 및  
연관되는  
질환



간호 인들을  
위한 안내책자

노인 및 성인  
써비스  
관리처

Washington State  
Department of Social  
and Health Services





# 차례

페이지

알프하이머병 및 연관되는 질환 .....	1
알프하이머병이란 어떤 것인가 .....	2
다른 종류의 치매 .....	4
알프하이머병의 증상 및 진전과정 .....	6
의료상 평가 및 치료 .....	8
간호 - 몇 가지 흔히 있는 문제점 및 해결방법 .....	10
간호인들을 돌볼 수 있는 몇 가지 안내사항 .....	13
법적 및 재정적 참작사항 .....	18
간호비 지불 .....	22
지역 사회 서비스 및 가정 서비스 .....	25
가정 및 커뮤니티 서비스 사무소 및 전화번호 .....	안내책자의 뒷장







# 알쓰 하이머병 및 연관되는 질환의 설명

알쓰 하이머병(AD)은 치매 중 가장 흔한 종류입니다. 흔히 "조용한 전염병"이라고도 부르며 4백만명 이상의 미국인들이 이 병을 앓고 있습니다. 워싱턴주에는 약 6만명이 알쓰 하이머병을 앓고 있습니다.

치매는 적어도 6개월 간 사회성이나 직업 기능을 방해할 정도의 상당한 지적능력을 상실하는 것입니다. 가장 흔한 증상은 짧은 기간의 기억력상실 또는 몇분 전부터 몇일 전에 있었던 일들을 잊어버리는 것입니다. 결단력이 부족하고 말하기 힘들어 하고 성격이 변화하는 증세를 보일 수 있습니다. 단기간의 기억력은 제일 먼저 상실하지만 장기간의 기억력이 보류되어 있기 때문에 똑같은 질문이나 이야기를 되풀이하여 과거에 묻혀서 사는 것처럼 보입니다.

알쓰 하이머병은 일반적으로 노인들이 앓는 병이나 중년층의 사람들도 앓고 있습니다. 환자들은 점차적으로 기억력을 상실하며 지적능력을 상실하게 됩니다. 병이 점차적으로 진전됨에 따라서 신체적 장애도 따르게 됩니다.

이 병은 1906년 독일의 신경과의사인 앨오 이스 알쓰 하이머씨가 그분의 중년층 환자가 기억력을 상실한 후 심한 치매를 앓은 다음 51세에 사망한 것을 처음 설명하였습니다. 그 병에 대한 것은 오늘날 까지도 신비로운 병으로 존재하고 있습니다. 병의 원인과 치료방법은 현재도 알려져 있지 않습니다.

"노망"이라는 말은 노인들이 혼동하는 것은 정상적인 노화현상을 의미하는 것으로 치매에 대해 선취돼 사용되는 말이 아닙니다. 치매는 아무 나이도 비정상하게 만들어 줍니다.



# 알쓰 하이머병이란 어떤 것인가

알쓰 하이머병은 :

- 모든 치매의 60 퍼센트 이상에 해당되는 환원할 수 없는 뇌 기능부전(치매)이 주원인입니다.
- 미국에서 심장마비, 암, 출도 다음으로 4 번째 사망율이 높습니다.
- 항상 그런 것은 아니지만 일반적으로 노인들이 앓는 병입니다. 이 병은 65세 이상의 노인들 10 퍼센트가 앓고 있으며 85세 이상의 노인들은 45 퍼센트가 앓고 있습니다.
- 환자마다 제각기 다르며 동일한 환자도 매일 병의 증상이 달라집니다.
- 천천히 진전되는 병으로서 시작부터 사망일까지는 평균 약 8년쯤 걸립니다. 기간은 2년에서 20년까지 되며 환자의 나이와 그외 건강상태에 따라 달릅니다.

알쓰 하이머병은 :

- 광기가 있거나 미친 것이 아닙니다.
- 전염되지 않습니다.
- "동맥경화가 아닙니다". 동맥경화증과 관련되는 병은 출도입니다. 출도는 뇌기능부전이 두번째 주원인입니다.
- 장애인이 고의로 불쾌해 하는 것이 아닙니다. 어떤 때 환자들이 불쾌한 태도로 표시하면 고의로 하는 행동이라고 잘못 생각할 수 있습니다.
- 단순히 나이가 많아서 생기는 병이 아닙니다.  
알쓰 하이머병과 다른 종류의 치매는 병이 진전되는 과정의 결과이며 노인들에게 흔히 걸리는 병이며 나이가 드는 정상과정이 아닙니다.

## 질병의 원인

알쯔하이머병의 원인은 알려져 있지 않습니다. 뇌의 아세틸콜린과 다른 화학물질이 알쯔하이머병에 영향을 주고 있는 것같이 보일뿐입니다.

알루미늄과 아말감에 노출된 것이 원인이 될 가능성으로 언급되었지만 기존자료는 그러한 이론들을 지지하지 않습니다.

많은 친척들이 알쯔하이머병을 앓는 가족들에게는 특히 유전학이 영향을 주고 있는 것처럼 보입니다. 연구가들은 이러한 원인과 알쯔하이머병의 다른 원인들을 계속해서 연구하고 있습니다. 워싱턴대학교(University of Washington)의 알쯔하이머병 연구센터(Alzheimer's Research Center)는 미국내 이러한 종류의 치매연구에 선두 역할을 하는 연구소중 하나입니다.



## 다른 종류의 치매

치매는 일반적인 용어로서 지적능력을 상실하는 특징을 가지고 있는 뇌 기능부전을 가리키는 것입니다. 알쓰하이머병 처럼 어떤 종류의 치매는 환원되지 않으나 다른 종류의 치매는 환원될 수 있습니다. 치매의 원인을 막아하기 위해서는 신중한 의료상 평가가 필요합니다.

환원되지 않는 치매

### 다발 졸도

미소 혈관계병은 다경색병으로도 알려져 있으며 흔히 알쓰하이머병 다음 두 번째로 환원되지 않는 치매입니다. 이 치매는 뇌속의 조그만 졸도현상에 의해 발생합니다. 심한 졸도는 쉽사리 알아볼 수 있지만 조그만 졸도는 알지 못한채 지나쳐 버리게 됩니다. 그러나 몇년 동안의 여러번의 조그만 졸도들은 알쓰하이머병 처럼 흥내낼 수 있습니다.

미소 혈관계병의 증상은 졸도현상을 일으킨 부분에 따라서 달립니다. 이 병은 졸도할 때마다 눈에 띄이게 점차적으로 쇠퇴해질 수 있습니다.

환자가 미소 혈관계병과 알쓰하이머병을 동시에 앓고 있을 가능성도 있습니다.

### 그 외 환원되지 않는 치매

알쓰하이머병은 모든 치매의 60 퍼센트 정도를 차지하고 있으며 졸도의 20 퍼센트를 차지하고 있는 것으로 추정됩니다.

환원되지 않는 치매의 다른 원인에는 다음과 같은 것도 포함됩니다:

- 혈액의 흐름이 극히 제한된 기간동안이나 혈액상실, 충격, 심장마비 또는 일산화탄소의 중독으로 뇌에 산소공급 부족;
- 파킨슨병, 헌팅تون병, 다발성경화증, 다운증후군 증상 및 어떤 만성질환의 말기증세;
- 뇌에 심한 외상;
- 만성 술 또는 약물 중독
- 피크병 및 크로이트펠트-야콥병과 같이 흔하지 않은 신경계병.

## 환원되는 치매

다음과 같은 것은 치매의 원인이 되지만 약간은 환원될 수도 있습니다 :

- 심한 우울증 :
- 특히 진정제 및 술등 여러가지 종류의 약품남용 :
- 처방약품이나 처방없이 구입할 수 있는 약품 또는 두 가지 모두, 여러가지 약품의 상호작용 :
- 특히 오래 계속된 심한 갑상선 기능부족으로 인한 흘물부족 :
- 출혈(혈종), 종양 또는 뇌 척수(수두증)의 흐름이 봉쇄되어 뇌에 증가된 압력 :
- 당뇨병과 같이 심한 혈당질환 :
- 심한 비타민 결핍 .

우울증은 자주 치매를 동반해 준다는 것을 아셔야 합니다.





## 알뜨 하이머병의 증상과 진전과정

알뜨 하이머병은 정확히 제시된 진전단계가 없습니다. 일반적으로 서서히 점차적으로 쇠퇴해지거나, 급속히 쇠퇴하거나, 얼마동안 안정상태에 머무르기도 합니다. 결과적으로 환자는 환자 자신을 돌볼 수 있는 모든 신체적, 정신적 능력을 상실하게 됩니다.

**증상은 다음과 같은 문제를 동반해줍니다 :**

- 기억력 -** 최근의 사건에 대한 기억력 및 학습능력이 점차적으로 쇠퇴해 집니다. 잘 잊어버리는 것은 흔히 노인들에게 "정상적인" 것으로 생각합니다. 약속을 어기며, 납부금을 지불하지 않고, 아는 사람들을 알아보지 못하고, 잘 아는 곳에서 길을 잃는 것은 정상적으로 늙는 것이 아닙니다. 늙으면서 약간의 기억력을 상실할 수는 있으나 기억력의 상실이 그 사람의 일과를 방해할 때는 무엇인지 잘못된 것이 있습니다.
- 행동 -** 증상은 질문을 반복하고, 과민해지고, 과도로 반응적이고, 밤에 잠을 이루지 못하며, 방황하고, 불안해하고, 비활동적이고, 적개심이 있고, 의심스러워하며, 안전하지 않은 행동을 취하고, 목욕하기 싫어하며, 식사에 문제점등을 들 수 있습니다.
- 일과활동 -** 흔히 신발의 끈을 매는것 또는 가정전기제품을 이용하는 것과 같이 일상적인 일을 어려워합니다. 이 병의 말기단계에서는 환자가 걷고, 옷을 입고, 먹고, 목욕하기가 힘들며 실금하게도 됩니다.
- 언어 -** 점차적으로 대화하기가 힘든 것이 현저하게 보입니다. 환자는 지시사항을 따르거나, 정확한 단어를 찾거나, 대화에 참여하거나, 책의 내용을 이해하지 못합니다.
- 판단력 -** 운전중 안전에 대한 문제, 스토부를 켜놓고 외출하며, 문을 잠그고 나가서 집에 들어갈 수 없는 문제등이 가장 큰 문제들입니다. 그외 판단력문제는 계절이나 상황에 맞지 않는 옷을 입는등의 별로 큰 문제가 되지 않는 행동들을 들 수 있습니다.

## 알쓰 하이머병의 진전 과정

흔히 있는 초기의 증상은 특히 최근의 사건에 대한 기억력의 상실입니다. 오래전의 일에 대한 기억력은 보통 뚜렷하게 기억합니다. 환자는 비적극적이며, 비진취적이고, 반응하며 배우는 것이 느려집니다. 환자가 문제점을 감춰서 그의 능력을 과장하여 보일 수도 있으므로 가족들은 그려한 것을 모를 수도 있습니다.

병이 진전함에 따라서 기억력도 계속해서 상실하게 됩니다. 판단력과 이해력에 대한 문제점은 관찰할 수 있으나 언어문제가 더욱 현저해지기 시작합니다.

들은 것을 이해하는 능력(예를 들어서, 대화를 연결할 수 있는)에 영향을 줍니다. 사전에 계획하고 결정하는 것이 어려워집니다.

병이 진전함에 따라 알쓰 하이머병의 환자들은 장애를 현저하게 경험합니다. 환자는 어디에 또는 누구 또는 무슨 오일 인지등의 방향을 상실할 수 있습니다. 환자는 친한 사람들이나 장소를 인식하지 못할 수 있습니다.

계속 신체적으로 저하되어 환자는 침대에 누워있게 되고 모든 일과 활동에 도움이 필요합니다. 삼키는 것이 어려워지는 것이 현저해집니다. 비활동 및 신체적인 저하로 인하여 보통 폐렴이 사망의 원인입니다.



# 의료상 평가 및 치료

## 어떻게 진단하는가

의사가 종합검사와 정신 및 심리상태를 평가합니다. 의사는 기억력을 상실시켜 주는 우울증이나 약물상호작용등 치료할 수 있는(환원되는) 증상을 찾을 것입니다. 원인들이 발견되면 치매가 나아지는지 확인하기 위하여 치료합니다.

의사는 환자의 가족으로부터 협력을 받아서 지적능력의 상실이 6개월 이상 점차적으로 계속되었는지 진단합니다. 사회 경력도 진단되어야 합니다.

캣스캔(CAT scan)/컴퓨터화한 엑쓰-레이 또는 신경과의사의 상세한 검사등 여러가지 시험과 검사가 실행됩니다. 신경계 검사는 의사에게 뇌, 척수, 신경 및 근육에 대한 자료를 제공해 줍니다.

정신상태 검사는 일반적으로 환자의 지적 기능 및 기억력 상실의 정도를 결정하기 위하여 실행됩니다.

치매에 더 이상 다른 원인이 발견되지 않으면 알쯔하이머병이 그 증상의 원인이 될 수 있습니다. 이렇게 제외하는 방법만이 사망하기 전에 알쯔하이머병을 확인해 내는 방법입니다. 그러한 방법은 80-90 퍼센트 정확한 방법입니다.

사망 후 뇌를 현미경으로 검사하는 방법만이 알쯔하이머병을 확실히 진단하는 방법입니다.

이 병의 초기에는 환자가 의사에게 정상적인 것 같이 보일 수도 있습니다. 무엇이 잘못된 것 같은 느낌을 주는 내용에 대해 가족들이 의사에게 말해주는 것은 매우 중요한 일입니다. 의사와 상의하면서 환자는 물론 가족들이 평가의 결과 및 장래계획에 가져다 주는 의미를 이해하는데 도움이 될 것입니다.



## 약

알쯔하이머병을 치료할 수 있는 약은 없으나 혼동하는 것, 밤에 잠을 이루지 못하는 것, 안절부절하는 것 및 우울증 등 증상을 완화시켜줄 수 있는 약은 몇 가지 있습니다. 어떤 약은 특정 환자들의 일과활동을 증진시켜 줄 수 있습니다. 이런 약들은 병이 악화되는 것은 막아주지는 않지만 환자자신과 간병인의 생활을 보다 증진시켜 줄 수 있습니다.

알쯔하이머환자가 약을 복용하므로서 효과를 볼 수 있는지 여부는 예측 할 수 없습니다. 이런 약들의 대다수는 부작용이 있습니다. 그려므로 환자의 의사와 여려가지 치료방법에 대해서 상세히 상의하고 치료받는 환자의 증상을 관찰해서 장점과 부작용을 평가하는 것은 중요한 일입니다. 약에 대한 상세한 내용 및 새로운 치료방법에 대한 정확한 안내사항은 알쯔하이머 협회(Alzheimer Association)에 연락하시기 바랍니다(15페이지를 참조 학십시오).

## 일반적인 건강

모든 간호의 목적은 안전하게 하기 위하여이며 환자의 지적능력 및 신체적능력을 가능한한 오랫동안 높게 지속시키기 위해서입니다. 적절한 운동과 영양분을 골고루 섭취할 수 있도록 짜여진 영양가가 높은 음식물은 환자가 건강을 유지하는데 도움이 될 것입니다.

## 옹호 하는 간호 방법

치매에 걸린 사람들도 역시 그들의 좌절감과 정서적인 면을 극복하는데 이해심과 옹호를 필요로 하고 있습니다. 특히 병의 초기에는 많은 은 그들이 할 수 있었던 일들을 더 이상 할 수 없게 되거나 기억할 수 없다는 것을 인식합니다. 그리하여 그들은 좌절감이나 분노심 또는 두려움을 느낄 수 있어서 주위사람들이 환자를 안심시켜줘야 합니다.

어떤 때는 문제있는 행동을 극복하는데 가장 효과적인 방법은 그 사람의 환경을 변경하거나 행동에 대한 간호인의 응답을 바꾸는 방법입니다. 귀하가 그 사람의 행동은 쉽사리 바꿀 수는 없으나 귀하가 자신의 행동은 바꿀 수는 있습니다.



# 간호 -- 몇 가지 흔히 있는 문제점 및 해결 방법

## 직접적인 간호를 위한 충고 사항

환자의 배우고 바꿀 수 있는 능력이 한정되어 있으므로 주위사람들은 그러한 것에 적응하고 예측하는 것을 현실화해야 됩니다. 혼동되어 있는 사람은 익숙한 환경에서 가장 편안해 합니다. 일과의 일상화와 마음의 태세가 도움이 됩니다.

선택하는 일이 어렵게 될 경우는 일을 간단히 만들어 주십시오. 조용하고 정돈된 분위기는 덜 안절부절하게 해줍니다. 반복하는 것과 기억력 보조 비품을 사용하는 것은 자급자족 기간을 연장해 줄 수 있습니다. 설득해도 해결되지 않으므로 환자의 기분을 이해하는 것은 중요한 일입니다. 가볍게 납득시키고 행동으로 의사를 전달하는 방법이 도움이 될 수도 있습니다.

추억을 회상하고, 안심시켜주고, 적당할 때에 칭찬해주는 환자와의 질적인 시간을 갖는 것은 중요한 일입니다. 웃도록 격려하고 농담을 즐기도록 하십시오. 모든 사람들에게 다 좋은 것입니다. 그중에서 가장 중요한 것은 환자를 성인으로 대우하십시오.

## 영양 및 식사

조용하고, 서두르지 않고, 손쉽게 식사할 수 있는 음식은 환자를 편안하게 해줍니다. 손을 잘 움직일 수 없어서 식사가 지저분하게 되면 푸리스틱 테이블보를 사용하거나 앞치마를 들려주도록 하십시오. 음식물을 잘게 썰어주거나 접시의 가장자리를 높이면 도움이 될 수도 있습니다. 환자가 안전한 온도를 판단할 수 없으므로 음식물과 음료수의 온도는 검사해 줘야합니다. 식사한 것을 기억하지 못하고 음식물을 원하는 환자에게는 간단한 부식을 주도록 하십시오.

삼키기 어려워하는지 관찰하였다가 그러한 것을 의사나 의료 전문가에게 보고하십시오.

## 위생

자기자신을 돌볼 수 없는 환자들의 사생활의 필요성 및 감정을 이해하는 것은 중요한 일입니다. 입을 옷만 꺼내 놓으면 목욕시키는 것 및 착복시키는 일이 쉬우며 환자의 여러가지 습관을 따르도록 하십시오.

안전성을 위하여 목욕물은 온도를  
검사해야 하며 혼동된 사람을 옥조나  
샤워에 혼자 있게 해서는 안됩니다.

## 실금

실금(소변과 대변을 자제할 수 없는 능력) 증상을 치료할 수 있는지 확인하도록 의사에게 보고하십시오.  
환자를 정규적으로 화장실에 가도록 상기시키거나, 실제로 환자와 같이 화장실로 가고, 말할 수 없는 사람이 도움을 신청하는 방법이 어떤 것인지 배우십시오. 필요하면 성인일회용 팬티와 침대 및 가구 보호용 카버를 사용하십시오.



©DG 1990

## 운동

운동은 환자가 조용하고, 수면을 더 잘하고, 운동력을 보유할 수 있게 해줍니다. 그러한 것에는 걷기, 춤추기, 단체로 운동하기 또는 예전에 즐겨했던 운동을 하는 방법들이 있습니다. 병의 말기에도 환자가 걷도록 설득하고 보조하십시오. 그러한 것은 불필요한 건강문제를 예방해 줄 것입니다.

## 오락

치매 환자들은 여러가지 오락활동을 즐깁니다. 음악감상, 선정된 텔레비전 프로그램 시청, 옛친구 방문, 잡지를 읽는 것등의 오락들이 있습니다. 환자가 사회성을 보류하고 있을 경우는 외식도 즐길 것입니다. 정원 가꾸기, 걷기 및 현재의 능력에 맞추기 위하여 옛날의 취미를 적용하는 것들은 모두 좋은 오락활동이 될 수 있습니다.

## 안전

더 이상 위험성을 이해하지 못하는 사람들이나 신체장애자들은 안전에 대한 주의가 필요한 사람들입니다. 예를 들어서 손잡이용 바(Bar) 및 화장실에서 미끌어지지 않도록 사용되는 맷(Mat), 종 야등(night lights), 넘어지지 않도록 지저분한 것을 치우고,

계단에 난간을 튼튼히 하거나, 계단의 꼬떼기에 문을 닫는 것등이 있습니다. 담배를 피우거나 가정 전기용품을 안전하게 사용하는지등의 위험성을 관찰해야 합니다. 혼동된 사람은 운전을 하거나 전기연장을 사용하지 말아야 하며 총포도 사용 해서는 안됩니다.

## 방황

항상 가능한 것은 아니나 방황(새로운 장소에서 방향감각을 상실하거나, 불안해하거나 운동을 필요로함)의 원인을 찾으면 그려한 것은 조정할 수 있습니다. 환자에게 새로운 장소에 대해서 서서히 소개해 주면 방향감각을 상실하는 일이 적어집니다. 방황하는 환자는 성명, 주소, 전화번호 및 의료증상을 명세히 기재한 명패팔찌를 끼고 있어야 합니다.

## 수면 방해

낮의 활동, 적당한 운동 및 종 야등(night lights)을 사용 하므로서 어두운 곳에서의 혼동을 덜어서 밤에 대한 불안감을 덜어 줄 수 있습니다. 그러나 그려한 수면방해 현상은 신체의 "시계"가 낮과 밤을 구별할 수 있는 기능부족에서도 올 수 있습니다. 어떤 때는 심 할 경우 좌절감을 이완시키고 수면 할 수 있도록 약물을 처방해야 될 때도 있습니다.

## 우울증

우울증은 알짜 하이머병이 앓는 사람에게 문제를 복잡하게 해줄 수 있는 것입니다. 슬픔, 활동에 대한 흥미상실 및 수면이나 식욕의 변화 그리고 즉거나 자살하고 싶은 충동등을 비롯한 우울증의 증상이 어떤 것인지 알아야 하는 것은 중요한 일입니다. 우울증을 예방 할 수 있도록 유쾌한 활동과 사교적인 접촉을 장려하십시오. 우울증이 있는 것 같이 보일 경우는 그려한 것을 귀하의 의사나 다른 건강전문가와 상의하십시오.

## 안절부절

조용하고, 잘 조직된 일과활동은 덜 안절부절하게 해줍니다. 피곤이나 혼동, 공복이나 신체적 질환들이 더욱 안절부절하게 해 주는 몇 가지의 요인들입니다. 각 환자마다 어떤 것이 안절부절하게 해 주는 것인지 관찰하고 찾아내는 것은 중요한 일입니다. 안절부절의 "시초"를 찾아내어 환자가 심하게 동요하기 전에 기본전환이나 설득 또는 상황을 조정하여 개제하도록 하십시오.



# 간호 인들을 돌볼 수 있는 몇 가지 안내사항

치매를 앓는 환자를 간호하는 일은 쉬운 일이 아닙니다. 간호인들은 그들이 초인간이 아니라는 것을 인식해야 됩니다 - 그들도 인간입니다. 간호인은 슬프거나, 낙심하거나, 좌절되거나, 화를 내거나, 갈හ것 같이 느껴질 수 있습니다. 그러한 것은 모두 자연적인 감정이며 긍정적인 방법으로 해결될 수 있습니다.

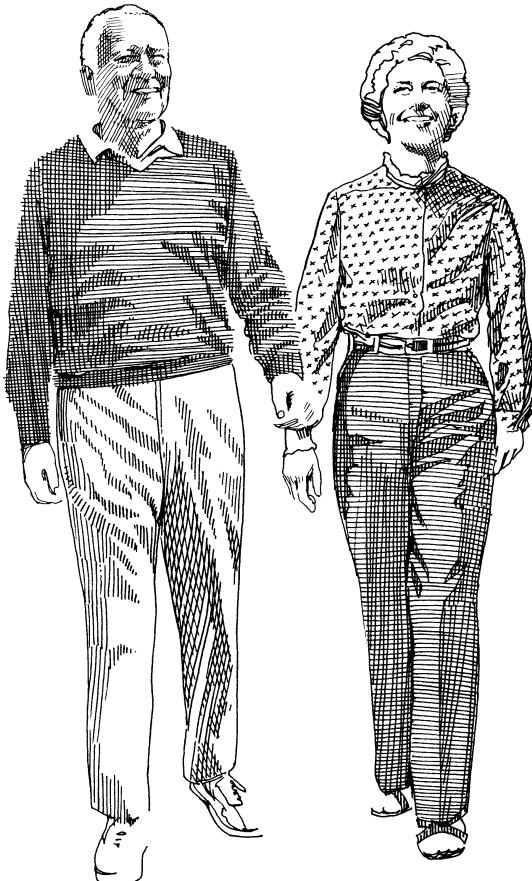
간호인들은 반드시 그들의 치매 환자는 물론 그들 자신들을 돌봐야 합니다. 도움을 요청하고 도움을 받는 것은 괜찮은 것입니다. 가족 안을 비롯한 가족 밖 양쪽 측에서 도움과 안내자료를 얻을 수 있는 출처가 많이 있습니다.

## 휴식을 취하십시오!

간호중 정규적인  
휴식은 필수적인  
것입니다. 그러한  
것은 간호인으로  
하여금 신체적으로  
그리고 정서적으로  
휴식을 취할 수 있게  
해 줍니다. 그러한  
것은 식이요법과 운동  
처럼 건강에 중요한  
것이며 이기주의적인  
것이 아닙니다.

간호인은 휴식을  
충분히 취하고  
친구들과 계속해서  
즐기며 영양가가 높은  
식품으로  
신체적 건강 및  
정신적 건강을  
유지하도록 더욱  
노력해야 합니다.

실금, 방황 및  
수면방해는  
양노원에서 간호중  
가장 흔히 발생하는



문제들입니다. 이와 같은 문제들은 간호인이 가정에서 부닥치고 있는 문제들로서 흔히 간호인 혼자서는 해결할 수 없거나 병을 이르키게 됩니다. 멀리하거나 "휴식"을 취하는 것은 간호인과 환자에게 모두 좋은 것입니다.

가족, 친구, 이웃, 우애조합, 교회신도 또는 대학이나 간호과 학생들을 이용하여 도움을 받고 휴식을 취하는 방법을 참작해 보십시오. 휴식을 취하는 것은 보통 솔직해야 됩니다. 치매환자 간호에 직접적으로 관련되지 않는 가족과 그외 사람들은 간호인이 정면하는 요구사항을 상상할 수 없습니다.

여러 곳의 지역 사회에는 성인정이나 휴식증 가정 내의 간호를 제공하고 있습니다. 어떤 가정 양노원 프로그램은 성인정 및 노인을 위한 단기양노도 제공하고 있습니다.

휴식증 간호를 제공하기 위하여 가정으로 가는 간호인은 정규간호인이 있을 때 익힐 수 있도록 한 두번 쯤 방문하는 것이 이상적이긴 합니다.

다음과 같은 것을 휴식증 간호인에게 주십시오 :

- 응급시 전화번호
- 간호인에게 연락방법
- 간호인이 돌아오는 예정시각
- 장애인 및 다루기 힘든 행동에 대한 특별 지시사항

임시 간호인도 곧 어려운 행동과 정면하게 되므로 모든 문제점에 대해 정직하십시오.

## 중요한 우애관계 유지

간호인들은 그들의 책임 때문에 쉽사리 고립되게 됩니다. 병의 초기에 우애관계를 이루고 두터이 하는 것은 중요한 일입니다. 가족과 친구들은 위안과 도움 및 즐거움의 훌륭한 근원이 되어줄 수 있습니다.

## 후원단체도 도울 수 있습니다

알츠하이머병 환자의 가족들을 위한 후원단체들은 이해심과 자원 및 안내자료의 훌륭한 출처가 될 수 있습니다.

귀하에게 가까운 후원단체에 대한 문의는 아래 제시한 알츠하이머병 협회 (Alzheimer's Association)에서 선택하여 연락하십시오.

## 알쓰 하이머병에 대해 상세히 알아 보십시오.

치매질환이라고 진단되면 환자를 후원하고 간호하는데 관련되는 사람들은 가능한한 그 병에 대해서 많이 알아두면 알아들 수록 도움이 됩니다. 어떠한 것을 예상할 수 있으며, 행동의 변화를 어떻게 처리하는 가족, 친구 및 간호인들이 그 사람을 이해하고, 받아들이고, 장래를 계획하고, 현실적인 기대사항을 설정할 수 있도록 해줍니다. 비현실적인 기대는 그 환자의 불안감과 동요감을 증진시키고 간호인에게는 스트레스를 더해 줍니다.

감추지 마십시오. 알쓰하이머병은 범죄가 아닙니다. 다른 사람들에게 그 병을 설명하기가 어렵기는 하지만 그렇게 하므로서 가족, 친구 및 이웃이 그 사람의 행동과 간호인의 스트레스를 이해할 수 있도록 해줍니다.

알쓰하이머 협회(Alzheimer Association)는 가장 큰 규모의 국립자원 건강기관으로서 알쓰하이머 치료법을 발견하며 이 병에 걸린 환자들을 위해 도와줄 수 있도록 노력하고 있습니다. 이 협회는 이런 증상으로 진단받은 사람들과 그들의 가족 및 간병인들을 위한 교육 및 보조업부를 제공하고 있습니다.

알쓰하이머 협회(Alzheimer Association) 워싱턴주 서부 및 중부 지부와 알쓰하이머 협회(Alzheimer Association) 워싱턴주 내륙 서북부 지부는 국립기관의 주지부입니다. 그곳에서는 지역 사회의 자원에 대한 안내사항을 제공해 주며 의뢰해 주는 한편 무료로 안내서를 제공해 주고 있습니다. 그들은 또한 보조그룹을 후원해주며 신문도 발행합니다. 이 두 지부들은 또한 질문에 답해 줄 수 있는 직원과 통화할 수 있는 전화번호도 제공하고 있습니다.

Alzheimer's Association of Western and Central Washington State Chapter

12721 30th Avenue NE, Suite 101  
Seattle, Washington 98125

206-363-5500 or toll-free 1-800-848-7097

[www.alzwa.org](http://www.alzwa.org) (스페인어로도 준비되어 있음)

Alzheimer's Association, Inland Northwest Chapter  
720 W. Boone, Suite 101  
Spokane, Washington 99201

509-483-8456

Fax: 509-483-6067

Toll-free: 1-800-256-6659

National Alzheimer's Association

919 North Michigan Avenue, Suite 1100

Chicago, Illinois 60611

1-800-272-3900

[www.alz.org](http://www.alz.org) (스페인어로도 준비되어 있음)

워싱턴 알쓰하이머 사회(Alzheimer's Society of Washington)는 워싱턴주 환자들을 위해 봉사하는 독립기관입니다. 이 기관은 교육, 환자와 가족을 위한 응호 및 자원자료를 제공해 주고 있습니다.

워싱턴 알츠하이머 사회(Alzheimer's Society of Washington)는 워싱턴주 환자들을 위해 봉사하는 독립 기관입니다. 이 기관은 교육, 환자와 가족을 위한 응호 및 자원자료를 제공해 주고 있습니다.

Alzheimer's Society of Washington

P.O. Box 4104

Bellingham, Washington 98227

360-671-3316

Toll-free: 1-800-493-3959

## 약속을 현실화 하십 시요

간호 인들은 어떤 것이 그들과 도족들을 비롯한 기억력에 장애가 있는 사람에게 가장 좋은 것인지 참작해 볼 필요가 있습니다. 대부분의 사람들은 미지수의 장래에 대해 감정에 끌려서 하는 약속을 하곤 합니다. ("가족을 결코 양노원에 입원시키지 않겠다"는 약속이 가장 많이 하는 약속입니다.)

어떤 때는 가정 양노원이 가장 좋은 곳일 때도 있습니다. 이런 것을 결정하기는 매우 어려운 일입니다. 이런 것을 결정할 때 도움이 될 수 있는 아래의 참조사항을 참조해 보시기 바랍니다. 기억력에 장애가 있는 환자에게는 가정 양노원이 가장 좋은 곳이 될 것입니다:

- 가정에서 안전하게 간호 할 수 없거나
- 필요 한 치료를 가정에서 제공 할 수 없거나
- 자신이나 다른 사람들에게 위험하거나
- 자신을 가장 기본적인 방법으로 돌볼 수 없거나
- 다른 사람의 잠을 자주 깨우거나

가정 양노원은 간병인의 건강이 좋지 않을 경우에도 필요한 곳입니다.

어떤 약속들은 예상하지 못했던 상황들로 하여금 약속을 지키기가 어렵습니다. 현실적인 약속에는 "항상", "결코" 또는 "영원히"라는 말을 포함하지 않습니다. 오래전의 약속이나 죄책감으로 하여금 간호인의 결정을 좌우하게 해서는 안됩니다. 무엇보다도 중요한 것은 환자가 안전한 환경에서 가장 적절한 치료를 받는 것입니다.

## 귀하자신이 좋아하는 것을 해 보십시오

가끔 방종 하는 것은 스트레스를 퇴치하는데 놀라울 정도로 도움이 될 수 있습니다. 어떤 사람들은 자기 자신을 위하여 잡지나 새 드레스등의 "선물"을 사며, 음악감상이나 경기를 청취하고, 야외에서 저녁노을을 바라보거나 좋아하는 음식점에서 음식을 주문해 갑니다. 그외 단순하지만 즐길 수 있는 활동들은 친구와의 담소나 독서도 있습니다. 그러한 종목은 끝이 없으나 그러한 것이 얼마나 효과적인가를 기억하는 것도 중요한 일입니다.

## 스트레스의 경고사인을 인식하고 상담을 받으십시오

사람들마다 제각기 다른 스트레스 및 문제점을 해결하는 방법이 있습니다. 한 사람에게 건강한 처리방법이라고 해서 다른 사람에게도 건강한 방법이 될 수는 없습니다.

간호인은 자신에게 다음과 같은 것을 질문해 봐야 합니다:

- 슬프거나 우울하게 느껴져서 정상적으로 기능할 수 없는가?
- 밤에 걱정하느라고 잠을 자지 않는가?
- 체중이 감소되는가?
- 대부분 압도적인 것 같이 느껴지는가?
- 몹시 고립되었으며 혼자 문제를 해결해야 된다고 느껴지는가?
- 술을 너무 많이 마시는가?
- 감정을 폭발하는가?

위 질문중 몇개의 응답이 예이면 간호인은 너무나 힘에 겪은 일을 하고 있습니다.

행동이 정상적이 아닌 환자를 간호할 때 화를 내거나 좌절감을 느끼게 되는 것은 정상적인 것입니다. 그런 것을 도와줄 수 있는 사람들과 그룹들이 있으므로 15-16페이지의 알프하이머 협회(Alzheimer Association)에 연락하시기 바랍니다.



## 법적 및 재정적 참작사항

치매환자를 간호하는 일은 계획이 필요합니다- 계획은 일찍 할 수록 좋습니다. 질병으로 인한 재정적인 타격을 대비하기 위하여 계획하고 법적 선택사항에 관하여 알아보는 것은 필수적인 것입니다. 알프하이머병과 같은 장기질환에 마주칠 때 다양한 종류의 장기치료비용, 어떤 재정적 자산이 있으며, 어떤 혜택을 받을 수 있는지, 부동산이나 그외 자산을 언제 또는 양도해야 되는가 그리고 필요할 때 누가 그 사람을 위하여 결정할 수 있는 가등을 알아두는 것은 도움이 되는 것입니다.

혜택을 받을 수 있는 출처에는 보험, 사회보장국, 에쓰에쓰아이(SSI) 또는 재향군인 혜택이 있습니다. 부양자의 진료비를 지불하거나 보조하는 사람들은 세금의 공제혜택을 받을 수 있습니다.



지역 내 노인 안내사항 및 보조 프로그램(Senior Information and Assistance Program) 전화번호부의 "Senior Citizens"(노인)란을 참조 학십시오. 간호인 보조단체 또는 노인법 및 진료에 관련되는 문제에 경험이 있는 변호사한테서도 자료를 얻으실 수 있습니다.

## 치료를 관리하는 법적방법

치매를 앓는 동안 언젠가는 다른 사람이 치매환자를 대신하여 치료에 대한 결정을 해야 됩니다. 그러한 때를 대비하여 가능한 한 일찌기 어떤 수준의 치료를 원하는지 및 지명된 대리결정인을 결정하기 위해서 그 사람과 상의하여 계획하십시오. 그 대리인은 그 사람이 결정할 수 없을 때 그 사람의 소원을 대행 할 수 있게 해 줍니다. 그러한 것은 병이 진전해도 그 사람의 인생에 얼마쯤의 자율성을 보류할 수 있도록 해 줍니다.

정신적으로 역량이 있는 사람은 사전에 어떤 치료결정을 해야 되는지를 다음과 같은 지시서 중 한가지를 사용해서 결정해 놓을 수 있습니다 :

유언 또는 치료 지시서(Living Will or Health Care Directive) - 이 법적 서류는 사람이 불치의 증세로 앓을 경우 더 이상 치료하는 것은 오로지 사망시간을 연장하는 것 뿐이므로 인공생명지지기를 사용하지 말라고 의사에게 지시하는 서류입니다. 이것은 치료를 보류하기 전에 두 사람의 의사가 증상이 불치의 증상이라는 것을 보증해야 됩니다.

치료를 위한 영속 위임장(Durable Power of Attorney for Health Care) - 이 법적 서류는 결정할 수 있는 능력을 상실한 사람을 위해 다른 사람이 치료결정을 할 수 있도록 허용하는 법적 서류. 그것은 치료방법과 생명지지기에 대해 간호인에게 명확히 설명하는 상세한 내용도 포함될 수 있습니다. 그것은 신임할 수 있는 친구나 가족이 의사에게 환자의 소원을 존경하도록 지시할 수 있게 해 줍니다.

아무 때나 이러한 지시사항을 실행하는 사람을 바꾸거나 취소 할 수 있습니다.

알고 하는 등의 - 사전 지시서가 없을 경우 "알고 하는 등의법"이 실행됩니다. 진료제공자들은 반드시 첫 번 대리결정인들한테서 치료결정을 받아야 합니다. 치료결정의 우선순위는 다음과 같습니다 : 보호자, 치료를 위한 영속 위임장의 소유자, 배우자, 성인자녀들, 부모, 친척. 치료결정은 그 순위의 사람들이 만장일치로 동의해야 됩니다. 그렇지 않을 경우는 보호권을 얻어야 합니다.

# 재정을 관리하는 법적방법

워싱턴주는 공유재산주이지만 항상 가지고 있는 재산에 대한 것을  
챙신해 놓거나 유언을 준비해 놓는 것은 중요한 것입니다. 그외 방법들은  
상황 및 그 사람의 장애도의 영향을 받게 됩니다. 치료결정은 항상 그  
사람의 자율성이 가장 주목적이 되어야 합니다. 그러한 방법중 몇 가지는  
다음과 같습니다:

영속 위임장(Durable Power of Attorney) - 이 법적 서류는 역량을 가진  
사람이 서명한 서류로서 첫번째 사람에 대한 모든 일이나 일부의 일을  
처리할 수 있는 권리를 다른 사람에게 부여하는 법적 서류. 보통  
위임장과는 달리 영속 위임장(Durable Power of Attorney)은 그것을  
양도하는 사람이 무능력하게 되어도 계속 작용합니다.

보호하는 피지불인 - 혜택을 지불하는 정부기관은 재정문제를 더 이상  
관리할 수 없는 수혜자를 위하여 특정 사람이 그 혜택을 받아서 그  
수혜자를 위하여 지불하도록 지명한 방법.

사회보장국(Social Security Administration)은 그러한 것을 "대표하는"  
피지불인이라고 부르는 반면 워싱턴주 보건 사회부(Washington Department  
of Social and Health Services)는 "보호하는" 피지불인이라는 용어를  
사용하고 있습니다. 재향군인 관리처(Department of Veterans Affairs)와  
철도퇴직국(Railroad Retirement Board)도 비슷한 조항을 가지고 있습니다.  
이러한 피지불인의 지명은 사법절차를 통하지 않고 행정적으로 지명된  
것입니다.

신탁 - 이 것은 다른 사람(수령인이나 신탁인)의 혜택을 위하여 한  
사람(피신탁인)에게 돈이나 재산을 양도하는 것. 신탁은 특정날자나  
제의사항에 맞을 때 까지 피신탁인이 관리합니다. 신탁을 성립하고  
관리하는 것은 복잡하고 비쌉니다.

돈관리 방법 - 몇 가지의 방법은 환자의 특별 금전취급을 처리하도록 해줄  
수 있습니다. 그러한 방법중에는 직접예금하는 직접예금, 은행이  
정기적으로 청구서의 청구액을 지불해주는 자동예금 또는 청구서의  
청구액을 지불해주는 사람을 채용하는등의 방법들이 있습니다. 이러한  
것은 일상생활은 할 수 있으나 사소한 금전문제에 약간의 도움이 필요한  
사람들에게 가장 좋은 방법들입니다.

보호권은 마지막으로 선택할 수 있는 선택방법으로 참작해 두어야  
합니다. 이 법적수속은 더 이상 결정할 수 없는 사람을 위해 어느 한  
사람(또는 기관)이 결정할 수 있도록 해 주는 법적절차입니다. 보호권은  
법정절차를 통해서만 성립될 수 있습니다.

위상민주법에 준하여 장애인의 무능력과 기록된 능력에 따라서 "완전" 또는 "한정된" 보호권을 지명할 수 있습니다. 한정된 보호권에서는 한정된 보호권에 특별히 양도한 것을 제외하고는 무능력한 사람이 모든 권리와 책임을 가지고 있습니다. 보호자는 재정적인 결정을 비롯한 치료결정도 결정해야 할 책임이 있습니다.



## 간호 비 지불

개인적인 간호와 다른 서비스를 채용하는 것 외에도 수입이나 다른 이유로 자격이 있는 사람들을 위해서 자택 및 합숙치료의 비용을 도와주는 프로그램들이 있습니다. 그러한 프로그램들을 아래에 간단히 설명하였습니다. 추가의 자료는 각 지역 노인안내 및 보조(Senior Information and Assistance), 보건사회부 가정 및 커뮤니티 서비스(DSHS Home and Community Services) 사무소나 메디케어(Medicare) 사무소에서 얻으실 수 있습니다.

### 메디케어(Medicare)

메디케어(Medicare)는 65세 이상의 노인들 및 65세 미만의 장애인들을 위하여 연방 정부가 후원하는 의료보험 프로그램입니다.

A부는 다음과 같은 것을 지불하도록 도와줍니다:

- 진료상 필요한 병원, 양노시설 또는 정신병원에서의 입원 진료
- 호스 피스(hospice)
- 진료상 필요한 가정에서의 치료
- 가정에서의 치료 혜택이 제공하는 장기용 의료비품에 대한 승인된 비용의 일부.

B부는 다음과 같은 것을 지불하도록 도와줍니다:

- 진료와 다른 서비스
- 임상실험
- 가정간호
- 병원에서의 통원치료

그러나 메디케어(Medicare)는 기간 및 진료비를 지불하는 상황에 대한 제한사항이 있습니다.

### 재향군인 혜택

메디케어(Medicare)는 오로지 "합리적이고 필요한" 진료비만 혜택을 제공하며 보호하는 간호(일과 활동을 도와주는 간호)에는 혜택을 제공하지 않습니다.

메디케어(Medicare) 신청서와 프로그램에 대한 상세한 문의는 사회보장국(Social Security Administration)에 출두해서 문의하십시오. 그리고 웹사이트 [www.medicare.gov](http://www.medicare.gov)를 방문해 보시거나 1-800-633-4227로 전화로 문의하셔도 됩니다.

## 메디케이드(Medicaid)

메디케이드(Medicaid)는 약간의 장기써비스 비용을 지불하는 워싱턴주/연방정부의 프로그램입니다. 메디케이드(Medicaid)는 환자가 프로그램의 자격과 재정적인 필요성의 필수사항에 맞을 경우 자택, 합숙시설 및 양노원 치료비를 지불해 줍니다.

### 프로그램 자격

이런 써비스는 귀하 관할 보건사회부(DSHS) 가정 및 커뮤니티 써비스(HCS)에 신청하십시오. 직접 또는 전화로 신청하시거나 우편으로도 신청하실 수 있으며 접수일부터 45일 이내로 수혜자격에 대한 결정을 통지받으십니다. 귀하가 결정에 동의하지 않으시면 공정 청문회로 검토해 줄 것을 요청할 수 있습니다. 공정 청문회를 신청하기 원하시면 케이스 매니저의 도움을 받으십시오.(25 페이지를 참조하십시오.)

### 재정적 자격

재정보조 수혜자격 여부는 귀하 관할 보건사회부(DSHS) 가정 및 커뮤니티 써비스(HCS)에 신청해야 합니다.

메디케이드(Medicaid)를 위한 재정보조 수혜자격의 규칙은 매우 복잡하며 변경될 수도 있습니다. 재정규칙은 보조를 받는 사람의 배우자의 재정을 보호합니다. 배우자는 많은 금액의 자산과 수입을 보류할 수 있습니다. 상세한 자료는 가정 및 커뮤니티 써비스(HCS) 직원에게 문의하십시오.

### 자산 회복

워싱턴주 법 및 연방정부 법은 사망한 수혜자의 자산에서 메디케이드(Medicaid) 기금과 워싱턴주의 장기치료 기금을 회복하도록 요구합니다. 수혜자가 사망한 후 수혜자의 자산에 수혜자가 받은 혜택에 대한 청구서가 있을 수 있습니다.

수혜자가 사망한 후 생존한 배우자가 있을 경우는 생존한 배우자가 사망한 후에만 워싱턴주가 기금을 회복할 수 있습니다.

### 귀하의 재산에서 메디케이드(Medicaid) 보조금을 회수하는 방법

워싱턴주는 법에 의해 지불한 특정 장기치료비와 병원비 및 처방약품비 혜택은 수혜자가 사망한 후 수혜자의 재산에서 반드시 회수해야 합니다. 워싱턴주는 다음과 같은 재산에서 회수합니다:

- 다음과 같은 장기치료를 받은 55세 이상 수혜자들의 재산: 양노원, 메디케이드(Medicaid) 간병 써비스(personal care services), 성인 낚간호(adult day health) 및 개인간병인(private duty nursing) 또는 콥스(COPES).
- 워싱턴주가 재정을 후원한 써비스(초어써비스(chore services), 성인가족가정(adult family homes) 또는 성인가정간호(adult residential care)를 받은 사람들의 재산. 이런 것은 수혜자의 나이에 관계없이 징수합니다.

위싱턴주는 장기치료를 받은 사람들의 위싱턴주 가 재정을 후원한 병원비와 처방 약품비도 회수 합니다.

위싱턴주는 배우자가 살아있는 동안이나 살아있는 자녀가 21세 미만이거나 맹인이거나 장애인일 경우는 징수하지 않습니다.

상세한 안내사항은 메디케이드(Medicaid)의 경험이 있는 변호사나 주선된 교육, 상담 및 의뢰(Coordinated Legal Education, Advice, and Referral)에 장거리 무료전화번호인 1-888-201-1014로 연락하시기 바랍니다.

전쟁시 재향군인이나 생존한 배우자(재향군인이 사망했을 때 결혼)는 위싱턴주의 재향군인 관리처(Department of Veterans Affairs)를 통해서 연금을 받을 수 있는 자격이 있을 수 있습니다. 그리고 군복무 시 사망하였거나 군복무에 관련된 장애재향군인의 부양부모는 재향군인 관리처 부양 및 손해배상 보상금(VA Dependency and Indemnity Compensation)에 자격이 있을 수 있습니다.

재향군인과 인척관계가 있으시면 상세한 자료는 재향군인 관리처(Department of Veterans Affairs)에 연락하십시오. 장거리 무료전화번호는 1-800-562-2308입니다.

## 장기치료 보험

어떤 사람들은 가정 및 커뮤니티 서비스(Home and Community Services) 및 양노원 서비스를 위한 장기치료 보험을 가지고 있습니다. 보험이 있으시면 보험내용을 주의깊게 살펴서 알프하이머병에 관련되는 것에 혜택을 받으실 수 있는지 확인하십시오.



## 지역 사회 써비스 및 가정 써비스

주요 : 최근의 안내자료 및 전화번호는 웹사이트 [www.aasa.dshs.wa.gov](http://www.aasa.dshs.wa.gov)를 방문해 보시기 바랍니다.

### 어떻게 도움을 받는가

#### 가정 및 커뮤니티 서비스(Home and Community Services) 사무소

귀하의 지역내 가정 및 커뮤니티 서비스(HCS)는 귀하가 양노원 또는 다른 합숙치료소나 자택내의 서비스를 참작하실 경우 도와드릴 수 있습니다. 전화번호는 전화번호부의 노란색 페이지에 "Washington State Department of Social and Health Services(워싱턴주 보건사회부)"에서 "Senior Services(노인서비스)"나 "Disabled Services(장애인 서비스)" 또는 장거리 무료핫라인에 1-800-422-3263으로 연락하시면 귀하에게 가까운 곳을 찾으실 수 있습니다.

전문 케이스 매니저들과 간호사들도 자택내, 및 지역사회 합숙치료 써비스(residential services)에 대한 안내사항을 가지고 있습니다. 그들은 귀하가 필요로 하는 서비스에 대한 평가를 하며 적절한 서비스를 결정하는데 협조해 줄 수 있습니다.

#### 노인 안내 및 보조

노인 안내 및 보조(Senior Information and Assistance) 사무소는 워싱턴주 전역에 있으며 대부분은 전화번호부의 노란색 페이지에서 Senior Citizens Service Organizations(노인 서비스단체)"에 기재되어 있습니다. 그렇지 않으면 장거리 무료핫라인에 1-800-422-3263으로 연락하시면 귀하에게 가까운 노인 안내 및 보조(IA) 사무소를 찾으실 수 있습니다. 노인 안내 및 보조(IA) 사무소는 60세 이상의 노인들을 위해 봉사합니다.

노인 안내 및 보조(IA) 직원들은 자택내, 지역사회 및 합숙치료와 비용 그리고 그러한 것은 누구에게 연락해야 되는지를 알고 있습니다. 그들은 서류작성을 도와서 서비스를 받을 수 있도록 협조할 수 있으며, 교통을 주선하고, 혜택에 대한 설명도 해 줍니다. 양노원에서 치료받기로 결정하시기 전에 노인 안내 및 보조(IA) 직원과 상담하시기 바랍니다. 환자가 필요한 것을 지역사회 서비스나 그 외 종류의 합숙치료를 통해서도 받으실 수 있습니다.

### 어떤 종류의 지역 사회 써비스가 있는가

무료나 업가로 여러가지의 서비스가 성인들에게 제공되고 있습니다. 귀하의 가정 및 커뮤니티 서비스(Home and Community Services) 사무소나 노인 안내 및 보조(IA) 사무소에 연락하십시오. 그들은 다음 서비스중 어떤

서비스는 무료로 또는 기부금을 받으면 제공되고, 어떤 서비스는 수혜자의 지불능력에 따라 비용을 받는지를 설명해 줄 수 있습니다.

### 성인위탁소(Adult Day Care)/성인치료소(Adult Day Health)

낮시간 동안 교회, 양노원 및 커뮤니티 센터와 같은 시설에서 단체로 사회활동, 치료, 건강교육 및 감시등을 제공합니다.(모든 지역에 제공되지 않음.)

### 성인보호 서비스

주장하는 학대, 등한시, 이용 또는 벼름에 대한 것을 조사하고, 보호가 필요한 성인들에게 단기 응급보조 서비스를 제공함.

### 케이스 매니지먼트

개인의 필요성에 대한 포괄적인 평가 및 서비스의 상세한 계획을 개발함. 서비스가 제공되었는지 계속해서 차후에 검사합니다.

### 건강검사(60세 이상)

이 예방건강방식은 일반건강 평가, 한도내의 신체검사 및 선정된 실험들이 포함됨.(모든 지역에 제공되지 않음.)

### 가정간호

자택내 치료(관찰, 치료, 투약, 운동)는 의사가 승인하며 간호사, 치료사 또는 교육받은 보조원에 의해 제공됨.

### 호스피스(Hospice)

불치의 증상을 앓고 있는 환자와 그들의 가족에게 치료, 자택내 치료, 사회사업 및 상담을 제공함.(모든 지역에 제공되지 않음.)

### 안내 및 보조(60세 이상)

지역사회에서 제공되고 있는 노인서비스와 필요한 서비스를 얻을 수 있는 도움에 관한 특정안내사항.

### 정신건강 치료

정신건강 치료, 응급치료 및 외래환자 치료의 필요성을 평가함.

전화번호부의 노란색 페이지에서 "Mental Health Services(정신건강치료)"나 "Social Service Organization(사회사업단체)"란에서 찾으십시오.

## 주택수 선

건강과 안전을 위해 필요한 주택이나 아파트 수선 또는 보수. (모든 지역에 가능하지 않음.)

## 간병

목욕, 착복, 단장, 식사준비 및 집안일 등 간병을 해주고 있습니다. 개인간호는 환자가 계속해서 자택에서 안전하게 거주할 수 있도록 하기 위한 것입니다.

수혜자격은 수입, 재산 및 간호의 필요성을 기준하여 결정됩니다. 수입이 많은 사람들은 개인적으로 간호비를 지불할 수 있으며 어떤 서비스는 자원봉사 프로그램들을 통하여도 제공되고 있습니다.

## 휴식 기간중 간호

휴식 기간중 간호는 성인 장애자의 간호인이 휴식 할 수 있도록 해줍니다. 휴식 기간중 간호는 가정간호 기관들, 성인가족 가정(Adult Family Homes), 학숙집, 성인 외탁소, 양노원 또는 가족, 친구 및 자원봉사자를 통해서 주선할 수 있습니다.

## 노인정

노인들이 만나고, 서비스를 받고, 활동에 참여할 수 있는 지역사회 시설.

노인식사(60세 이상이거나 배우자가 60세 이상)

영양분이 풍부한 식사와 그외 음식물을 단체로 제공하거나 외출할 수 없는 사람들에게 배달해 줌.

## 교통

사회사업기관, 치료, 식사 프로그램, 노인정 및 필요한 쇼핑을 위한  
왕복 교통편의

## 어떤 종류의 합숙 치료가 있는가 :

성인가족 가정(Adult Family Homes)

성인가족 가정(Adult Family Homes)은 최고 6명 까지 간호할 수 있도록 면허받은 합숙가정입니다. 서비스는 방, 식사, 세탁, 필요한 감시. 개인간호 및 사회사업등이 포함됩니다. 양노도 제공될 수 있습니다.

어떤 가정들은 치매에 관련되는 병의 간호를 전문으로 하고 있어서  
그러한 환자들의 필요성에 알맞도록 디자인된 활동과 보조를 제공하고  
있습니다.

### 성인 합숙치료소(Adult Residential Care)

방, 식사, 세탁, 한정된 감시 및 개인간호를 제공하도록 면허받은  
합숙소, 합숙소중에는 최고 6명에서 200명 이상이 주거하는 합숙소도  
있습니다. 성인가족 가정(Adult Family Homes) 처럼 어떤 성인  
합숙치료소(ARC)는 특정 환자들을 전문으로 하고 있으며 투약 및 치료도  
돕고 있습니다.

### 보조 받는 생활(Assisted Living)

보조 받는 생활(Assisted Living) 6명에서 200명 이상이 기거하는 은 개인  
아파트를 제공합니다. 서비스는 각 거주자의 필요성과 능력을 보충해 줄  
수 있도록 24 시간 아무 때나 받을 수 있습니다. 그러한 서비스에는  
식사, 개인간호, 약 복용에 협조, 조직활동, 제한된 감시 및 제한된  
간호가 포함됩니다.

보조 받는 생활(Assisted Living) 프로그램은 사생활, 독립심 및 개인의  
선택을 중요시하고 있습니다.

### 양노원

면허있는 양노원은 24 시간 아무 때나 관리된 간호, 개인간호, 치료,  
관리된 식이요법, 조직활동, 사회사업, 방, 식사 및 세탁을 제공합니다.

위싱턴주에는 알뜨하이머병등을 가지고 있는 양노원들이 많이 있습니다.  
그러한 병동은 알뜨하이머병 환자들이 특별히 필요한 것을 제공합니다.  
직원들은 가능한 한 환자들이 자기자신을 돌볼 수 있는 능력을 유지할 수  
있도록 보조하게끔 훈련되어 있습니다.

알뜨하이머병동은 흔히 보호된 실외 운동지역 및 실내 도보시설을 가지고  
있으며 주의성이 부족한 환자들을 위한 활동이 있습니다.

### 양노원에서 퇴원한 후에는...

많은 사람들은 재활이나 단기 집중간호를 받기 위하여 양노원에  
입원합니다. 양노서비스 및 간병은 개인 주택이나 합숙시설에도 제공될  
수 있습니다. 양노원에서 퇴원한 후의 간호에 대한 계획은 가능한 한  
빨리 시작해야 됩니다.

가정 및 커뮤니티 서비스(Home and Community Services)의 사회사업관과 간호사들은 다음과 같이 도와드릴 수 있습니다:

- 선택하실 수 있는 서비스에 대해 설명하고;
- 최고도의 기능으로 독립하실 수 있도록 계획을 개발하고;
- 지역 사회내 다른 서비스 제공단체들과 협동해서 일하며;
- 수혜자격을 결정하고 독립하실 수 있도록 서비스를 주선해 드립니다.

#### 수입 면제

양노원의 환자가 6개월 이내로 귀가할 가능성이 보일 경우는 그들의 자택이나 아파트를 보류할 수 있도록 그들의 수입의 얼마 정도를 보류할 수 있습니다. 그러나 의사가 귀가 가능성을 반드시 보증해야 됩니다.

#### 퇴원수당

한번만 지급되는 퇴원수당은 양노원에서 퇴원한 후 환자가 거주 할 곳을 찾고 살림을 차릴 수 있도록 도움이 됩니다.

상세한 내용은 가정 및 커뮤니티 서비스(Home and Community Services) 케이스 매니저에게 문의하시기 바랍니다.

#### 불평 및 문제점...

양노원, 성인가족 가정(Adult Family Homes)이나 워싱턴주에서 청부 받은 보조 받는 생활(Assisted Living)과 성인 합숙 치료소(Adult Residential Care)의 간호에 대한 불평이 있으시면, 노인 및 성인 서비스 관리처(Aging and Adult Services Administration)에 1-800-562-6078로 연락하십시오. 이 전화번호는 장거리 무료전화이며 불평 내용은 비밀을 보장합니다. 청각장애자용 장거리 무료전화번호는 1-800-737-7931입니다.

그러한 시설에 입원되어 있는 환자가 간호 또는 서비스에 대한 문제점을 해결하고자 하시면 장거리 무료전화번호인 1-800-562-6028로 워싱턴주 장기치료 읍버즈맨(State Long-Term Care Ombudsman)에게 연락하십시오.

이웃에 거주하고 있는 피해받기 쉬운 성인이 학대를 당했거나 방치되었을 가능성이 있을 경우는 귀하의 관할 가정 및 커뮤니티 서비스(HCS) 사무소로 연락하시기 바랍니다. 전화번호는 전화번호부의 "Government pages - Washington State"에서 찾도록 하십시오. 그렇지 않을 경우는 이 안내책자 뒷장에 제시되어 있는 귀하 지역 가정 및 커뮤니티 서비스(HCS)로 연락서도 됩니다.

## 선택 : 귀하는 선택 할 수 있습니다

노인 및 성인 서비스 관리처(Aging and Adult Services Administration)에는 이 안내책자에 제시된 서비스를 설명하는 세비디오가 준비되어 있습니다.

"선택 - 귀하는 선택 할 수 있습니다"의 비디오를 볼려서 시청하고자 하시면 귀하의 케이스 매니저에게 문의하시거나 1-800-422-3263으로 연락하십시오. 이 15분 짜리 비디오는 무료로 볼려드립니다.

이 안내책자를 다른 형식으로 준비된 것이 필요하실 경우는 크리스틴 팍키(Christine Parkie)에게 1-800-422-3263이나 청력장애인은 1-800-737-7931로 연락하시거나 PO Box 45600, Olympia, WA 98504-5600로 연락하시기 바랍니다.

이 안내책자는 워싱턴주 보건 사회부(Department of Social and Health Services) 노인 및 성인 서비스 관리처(Aging and Adult Services Administration)가 출판한 것입니다. 아래의 기관에 특히 감사드립니다:

워싱턴주 서부 및 중부 알쯔하이머협회 지부(Alzheimer's Association, Western and Central Washington, State Chapter)  
유니버시티 어브 워싱턴 의과대학 및  
여러 검토 인들.

어느 누구도 인종, 피부 색, 출신국, 성별, 나이, 종교, 신조, 결혼여부, 상이군인 또는 월남전 재향군인 또는 신체, 정신 또는 감각장애 때문에 이 기관이나 이 기관의 청부업자로 부터 차별대우를 받을 수 없다는 것은 보건 사회부(Department of Social and Health Services)의 병침입니다.

## **저희 웹사이트을 방문해 보십시오...**

안내책자가 더 필요하시거나 귀하가 거주하고 있는 카운티내 자원에 대한 안내사항은 저희 노인 및 성인 서비스(Aging ad Adult Services) 웹사이트를 방문해 보시기 바랍니다.

**[www.aasa.dshs.wa.gov](http://www.aasa.dshs.wa.gov)**

### **이 안내책자가 더 필요하시면. . .**

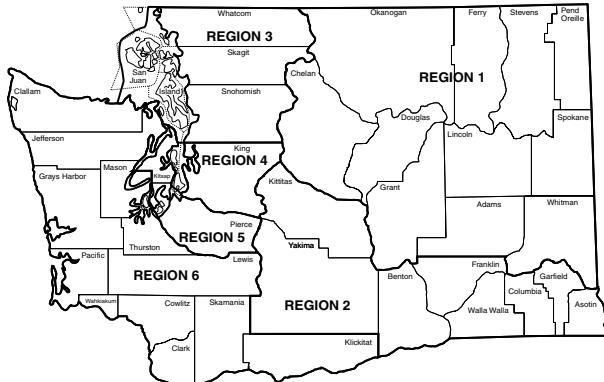
주문하실 때는 아래의 보건사회부(DSHS) 서류 및 출판물 주문처로 주문용지를 제출하시기 바랍니다. 주문하실 때는 이 안내책자의 명칭, 출판번호 DSHS 22-450(X) 및 몇부를 원하시는지 명세하십시오. 이 안내책자는 무료로 배부됩니다.

주문하실 때는 다음 주소로 주문하십시오 :

Washington State Department of  
Forms and Publications Warehouse  
P.O. Box 45816  
Olympia, WA 98504-5816  
또는 택쓰로는 : (360) 664-0597  
이메일은 : dshsfpw@dshs.wa.gov







## 가정 및 커뮤니티 서비스 (*Home and Community Services*) 지역 사무소

**1지역** 스포켄, 그랜트, 오캐나간, 아담스, 셀랜, 더글라스, 헤리, 링컨, 스티븐스, 유판, 판드오레 카운티  
1-800-459-0421

**2지역** 야끼마, 키티태스, 벤튼, 후랭클린, 올라왈라, 콜럼비아, 가힐드, 애소턴 카운티  
1-800-822-2097

**3지역** 스노호미쉬, 스캐짓, 아일랜드, 캔ohan, 웃캄 카운티  
1-800-487-0416

**4지역** 킹 카운티  
1-800-346-9257

**5지역** 피얼스 또는 커社会效益  
1-800-442-5129

**6지역** 멀스튼, 매이슨, 루이스, 클라램, 제퍼슨, 그레이스 하버, 패씨화, 와키아움, 카우릿뜨, 스캐매니아, 클리 키트, 클락 카운티  
1-800-462-4957

### ***Aging and Adult Services Administration***

P.O. Box 45600

Olympia, Washington 98504-5600

장거리 무료전화번호: 1-800-422-3263 또는

청각장애인용: 1-800-737-7931

[www.aasa.dshs.wa.gov](http://www.aasa.dshs.wa.gov)

